

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kebutuhan akan recovery pada atlet maupun manusia yang beraktivitas tinggi sangat dibutuhkan, dimana recovery akan mengembalikan kondisinya dan mampu meningkatkan penampilan atlet dalam proses latihan atau bertandingnya. Strategi dalam proses recovery bersifat individu dan bisa dilakukan dengan lebih dari satu strategi. Diantara metode atau strategi dalam recovery yang sering dilakukan untuk beberapa atlet dalam mengejar performanya dengan metode : a) *Massase*; b) *Heat* atau *Thertherapy*; c) *Cold* atau *Cyrotherapy*; d) *Contras Bath*; e) *Oxygenotherapy*; f) *Altitude Cure*; g) *Vagal-reflexotherapy*; h) *Reflexotherapy*; g) *Chemotherapy*; h) Pemulihan Menggunakan *Hydromassage Whirlpool*.(Lubis & Suliyanthini, 2017).

Pada periode latihan persiapan ataupun periode kompetisi atlet dapat saja mengalami kelelahan fisik karena dituntut latihan tinggi atau intensitas tinggi sehingga otot mengalami tingkat stress yang tinggi pula. Sangatlah penting atlet kembali pulih secepatnya agar mampu melanjutkan proses latihan kembali pada keesokan harinya baik saat di persiapan maupun saat kompetisi, seperti di KONI DKI yang menjadi pengelola persiapan latihan atlet pelatda atau di tingkat SEA Games sekalipun, dimana proses recovery atlet menjadi bagian penting. Salah satunya adalah dengan *massage*, selain strategi lainnya di sebutkan di atas.

Massage sendiri dapat di definisikan secara sederhana sebagai “*the use of massage may largely be based upon anecdotal accounts that convey positive testaments about this form of therapy*”(Hemmings, 2014), dimana dimaknai dengan memanipulasi

mekanik jaringan tubuh dengan ritme dan usapan pada tekanan untuk menyiapkan lebih sehat dan bugar. Memang pada dasarnya tujuan pemulihan adalah untuk hal tersebut.

Massage berasal dari bahasa Arab, yaitu *mash* yang berarti “menekan dengan lembut”, atau kata Yunani, *massien* yang berarti “memijat atau melulut”. Selanjutnya, *massage* disebut pula sebagai ilmu pijat atau ilmu lulut. Dalam bahasa Indonesia, tulisan *massage* diserap menjadi *masase*. Dalam bahasa Perancis para pelaku *massage* disebut *masseur* untuk pria dan *maseus* untuk wanita. Sejarah *massage* terungkap dengan penemuan artefak oleh para arkeolog yang menunjukkan penggunaan *massage* untuk medis, bukti tidak prahistoris langsung yang menjelaskan penggunaan *massage* untuk alasan medis. Lukisan di gua Eropa (abad 15000 SM) misalnya, menunjukkan adanya penggunaan sentuhan sebagai terapi. Yang menggunakan bahasa *massage* ialah *Lepage*, seorang bangsa Perancis pada tahun 1813.

Perkembangan *massage* di dunia sangat baik, namun semua berawal dari *Massage Swedia* yang dicetuskan oleh Ling menggunakan sistem stoke panjang dan halus sehingga dapat menimbulkan rasa relaks/santai. Disamping itu *massage Swedia* juga menggunakan gerakan aktif maupun pasif pada sendi sehingga akan meningkatkan relaksasi, sirkulasi dan kemampuan gerak, serta mengurangi ketegangan otot. Bagi Ling, *massage* merupakan suatu bentuk senam pasif yang dilakukan pada bagian tubuh tertentu. *Massage Swedia* kemudian banyak dikembangkan diberbagai Negara besar diantaranya Negara Asia, Eropa, Amerika Serikat dan negara lainnya. (Aourell et al., 2005)

George Downing merupakan salah satu ahli dalam *massage Swedia*, di dalam menyusun buku *Massage Gaya Swedia* mendapat bantuan penuh dari Gertrude Beard R.N, R.P.T dan Elizabeth C. Wood, A.M. M.S, R.P.T dua orang ahli kesehatan dan

pengobatan yang tergabung didalam *Associate Professor or Phsical Therapy-Chicago*, Illinois.

Massage telah lahir di bumi Indonesia sejak zaman Kerajaan Hindu, tercermin dari gambar relief diberbagai candi peninggalan agama Hindu dan Budha. Seperti halnya di India, *massage* telah tertuang dalam kitab *Ayur Veda* yang menceritakan kehidupan penganut agama Hindu di dunia ini. Di era modern sekarang ini, *massage* berkembang melalui dunia pendidikan baik formal maupun nonformal. Macam-macam *massage* yang berkembang di Indonesia antara lain *massage Swedia, Akupresur, Refleksi, Shiatshu, Tsubo, Touc massage, Thai massage, Japanese massage, Indian massage, Taiwan massage, Sport massage* dan *massage Ayurveda*. Perkembangan *massage* didunia olahraga Indonesia berawal dari pendidikan yang diberikan melalui perkuliahan diperguruan tinggi keolahragaan sehingga mampu menjelaskan secara ilmiah dan manfaat *massage* tersebut lebih terjamin. Dengan demikian, *massage* dapat diterima di masyarakat dan sampai sekarang diminati oleh masyarakat Indonesia.

Namun dengan berkembangnya teknologi didunia pendidikan maka hal ini juga sangat mempengaruhi proses pembelajaran disetiap perguruan tinggi. Secara umum teknologi pendidikan digunakan untuk menyebarkan informasi secara meluas, seragam dan cepat serta dapat membantu melakukan pembelajaran baik secara langsung dan maupun tidak langsung. Teknologi juga dapat menunjang kegiatan belajar, mengundang partisipasi masyarakat serta dapat membantu daya tarik masyarakat untuk lebih baik dari sebelumnya.

Universitas Singaperbangsa Karawang atau disingkat UNSIKA adalah perguruan Tinggi Negeri yang pertama yang didirikan di Kabupaten Karawang Jawa Barat. Dimana UNSIKA didirikan pada tanggal 2 febuari 1982 oleh yayasan Pembina Perguruan Tinggi Pangkal Perjuangan. Dimana dalam sejarahnya pada tanggal 5

September 1965 sebagai perguruan Tinggi pangkal perjuangan sebelumnya PTS, 12 Juni 1970 sebagai sekolah Tinggi Hukum Pangkal Perjuangan dan mulai 2 Februari 1982 sampai sekarang sebagai Universitas Singaperbangsa Karawang dengan status Perguruan Tinggi Negeri. Nama Singaperbangsa berasal dari nama Raden Adipati Singaperbangsa, beliau adalah pendiri Kadipaten Karawang dibawah Sultan Agung dari Mataram dengan gelar Adipati Kertabumi III.

Di UNSIKA terdapat 9 Fakultas dan 1 program pasca sarjana, saat ini program studi Pendidikan jasmani dan kesehatan rekreasi masih dibawah FKIP. Salah satu mata kuliah wajib di program studi pendidikan jasmasi dan kesehatan rekreasi Strata 1 di UNSIKA adalah massage olahraga, maka pada kesempatan ini peneliti akan memfokuskan pada proses pembelajaran massage olahraga ini dalam pengembangan model pembelajarannya.

Pendidikan jasmani adalah bagian dari sistem pendidikan secara keseluruhan yang tujuan untuk meningkatkan potensi peserta didik dalam aspek kebugaran jasmani, kesehatan serta keterampilan berolahraga. Sehingga dalam menyampaikan materi pembelajaran haruslah menarik, mudah dipahami serta menyenangkan agar materi yang disampaikan dapat tepat sasaran dan memberikan hasil yang baik juga. Kebutuhan akan teknologi menjadi hal yang penting pada saat Revolusi Industri 4.0. sebagai salah satu sarana untuk menyajikan pembelajaran yang menarik dan mudah dipahami diharapkan akan memunculkan semangat peserta didik untuk melakukan aktivitas jasmani dan melatih diri sebagai upaya meningkatkan kesehatan dan kebugaran secara fisik. Teknologi sangat meningkatkan pengajaran dan pembelajaran terutama di bidang pendidikan jasmani dan olahraga. (Upadhyay & Nathani, 2015).

Penerapan dan tuntutan teknologi ini lah yang mendorong pemerintah untuk menerapkan proses pembelajaran di sekolah dan di perguruan tinggi dengan salah satu

model *blended learning*. Dimana pada awalnya *blended learning* untuk menggabungkan pembelajaran tata muka dengan pembelajaran *on line*. Istilah lain dari *blended learning* adalah *hybrid learning*, yang memiliki pengertian yang sama yaitu perpaduan, percampuran atau kombinasi pembelajaran. (Hayati & Wijaya, 2018). Jadi diharapkan bahwa dalam konsep *blended learning* peserta didik dapat memahami materi pelajaran dengan baik dan akan lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran, sehingga dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik.

Online yang dimaksud oleh peneliti adalah menggunakan aplikasi *mobile learning*, dimana ponsel atau gajed saat ini menjadi hal yang sangat penting dalam kehidupan anak muda. *International Communication Union* (2010) menunjukkan bahwa 86% dari dunia populasi menggunakan ponsel pada tahun 2010. Selanjutnya dikatakan 93% dari orang dewasa menggunakan ponsel, dan usia paling banyak menggunakan ponsel pada usia 18-34 tahun. Sebagai hasil dari permintaan untuk menggunakan ponsel, perkembangan penting meningkat dalam beberapa tahun terakhir di bidang ponsel teknologi. Perkembangan ini adalah laptop, notebook, ponsel, ponsel pintar, teknologi nirkabel, koneksi layanan radio paket umum (GPRS), Bluetooth dll. Juga catatan informasi, transformasi informasi dan mengonversi format fitur informasi sangat penting. (Moura & Carvalho, 2008)

Dalam beberapa tahun terakhir, penggunaan teknologi seluler telah meningkat di sejumlah bidang seperti perbankan, ekonomi, pariwisata, hiburan, penelitian perpustakaan, dan lain-lain. Perubahan memang sulit tetapi besar kemungkinan perkembangan dan penerapannya baru teknologi dan perubahan sosial membuat perubahan dalam ketentuan pendidikan tidak terhindarkan. (Ozdamli & Cavus, 2011).

Peneliti akan memanfaatkan ini untuk mengembangkan pembelajaran mata kuliah *massage olahraga* ini dengan mengembangkan pembelajaran SAVI, pembelajaran

SAVI adalah salah satu model pembelajaran dipandang cocok dengan mata kuliah massage mengingat pembelajaran SAVI adalah kolaborasi dari ilmu pengetahuan dan pemanfaatan teknologi. SAVI singkatan dari *Somatic, Auditori, Visual dan Intektual*. Dimana teori yang mendukung pembelajaran SAVI adalah *Accelerated Learning*, teori otak kanan/kiri; teori otak triune; pilihan modalitas (*visual, auditorial dan kinestetik*); teori kecerdasan ganda; pendidikan (*holistic*) menyeluruh; belajar berdasarkan pengalaman; belajar dengan symbol. Pembelajaran ini memfokuskan ilmu kognitif modern yang menyatakan belajar yang paling baik adalah melibatkan emosi, seluruh tubuh, semua indera, dan segenap kedalaman serta keluasan pribadi, walau banyak model pembelajaran lainnya yang perlu dihargai dalam model atau gaya belajar individu lainnya dimana perlu di sadari bahwa manusia dalam belajar memiliki kecerdasannya yang berbeda, dalam hal penelitiannya model yang lain belum dibahas.

State of art pada penelitian ini adalah model pembelajaran SAVI pada mata kuliah massage, dimana beberapa penelitian sebelumnya melalui penelusuran Mendeley dalam learning SAVI atau tentang massage diantaranya tentang pembelajaran SAVI pada Penerapan Model Pembelajaran Savi Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Forehand Drive Permainan Tenis Meja Mahasiswa Prodi PJKR Semester Ganjil FIK-Unimed. *Journal Physical Education, Health and Recreation*. (Ilham, 2017). *Discovery learning with SAVI approach in geometry learning* (Sahara et al., 2018) dan Penerapan Model Pembelajaran Savi Untuk Meningkatkan Keterampilan Pemecahan Masalah Di Sekolah Dasar, Sri Wahyuni Kusumawati PGSD FIP Universitas Negeri Surabaya (Kusumawati, 2014).

Massage therapy melibatkan manipulasi, tekanan metedis, gesekan, menggosok dan meremas tubuh dan dikatakan memiliki efek mekanis dan reflektif (Calder, 2011). Efek mekanis massage sebagai pemompaan sirkulasi darah, peregangan jaringan lunak,

pemutusan jaringan parut dan perlekatan fibrosa, peningkatan mikrosirkulasi, peningkatan elastisitas jaringan dan peningkatan permeabilitas jaringan (Hemmings, 2013). Efek reflektor dianggap sebagai relaksasi dan pembukaan mikrosirkulasi (Hemmings et al., 2014). Efek ini telah menyebabkan penggunaan massage kepada atlet untuk tujuan keuntungan fisiologis, psikologis dan performa. Sementara massage dapat menggabungkan berbagai teknik manipulatif, pijat olahraga pada prinsipnya menggunakan metode pijat Swedia seperti effleurage (mengelus), petrissage (menguleni), tapotement (perkusi), gemetar/getaran, dan gesekan silang (gesekan melintang) (Callaghan, 2013).

Teknik ini nyaman, aman tanpa efek samping dan disukai oleh fisioterapis. Pijat jaringan ikat, teknik energi otot, akupresur, dan bentuk pijat lainnya yang belum disebutkan di atas, tidak termasuk dalam ulasan ini. dan jaringan ikat (Shoemaker et al., 2015), menghilangkan ketegangan otot dan kejang (Ryan, 2013) dan menghilangkan asam laktat/kelelahan setelah pelatihan (Birukov, 2017). Massage juga diasumsikan untuk meningkatkan pemulihan otot dari latihan yang intens, terutama karena kemampuannya untuk mempercepat aliran darah otot. Namun, penelitian sampai saat ini tentang aliran darah bertentangan. (Carafelli & Flint, 2012) menunjukkan bahwa laporan aliran darah tungkai bervariasi dari tidak ada efek pijatan hingga peningkatan 50%. Misalnya, efek positif dilaporkan oleh (Dubrovsky, 2014) yang menunjukkan bahwa pijat meningkatkan percepatan aliran darah otot dan vena, meningkatkan volume darah, dan mengurangi ketegangan otot.

Melalui penelitian dan pengembangan telah teridentifikasi bahwa alat yang digunakan untuk membuat lingkungan belajar berbasis informasi serta berbagai program pembelajaran/latihan melalui computer atau ponsel. Desain pengajaran/latihan

berbasis computer untuk pendidikan jasmani dan olahraga berbasis data memungkinkan pengajar untuk melakukan pembelajaran berbasis teknologi informasi.

Berdasarkan observasi pada beberapa perguruan tinggi dikarawang dan juga di beberapa provinsi di Indonesia yang memiliki mata kuliah *massage* olahraga, didapatkan informasi bahwa dalam pengajaran pembelajaran *massage* olahraga hanya menggunakan media buku ajar. Hal ini mengakibatkan banyak mahasiswa belum memahami dan menguasai materi dari *massage* olahraga. Karena materi dari *massage* olahraga idealnya harus terus dilakukan pengulangan, sehingga mahasiswa dapat mencerna pembelajaran dengan baik dan benar. Adapun dari beberapa perguruan tinggi sudah menggunakan pengajaran berbasis teknologi dalam bentuk video (vcd) tutorial tentang *massage* olahraga, itu pun masih sedikit dan tidak sistematis, sebagian besar hanya menjelaskan tentang *massage* olahraga secara garis besar saja seperti sejarah, definisi teknik dasar dan etika *massage* olahraga. Selain itu *massage* olahraga biasanya juga dapat dilihat melalui internet namun penjelasannya tidak terlalu menyeluruh serta berbahasa inggris. Hal ini juga masih dianggap oleh mahasiswa sulit untuk mempelajarinya diluar jam perkuliahan mata kuliah *massage* olahraga.

Model *massage* olahraga harus diketahui dan dipahami oleh pengajar dalam meningkatkan pembelajaran *massage* olahraga diperguruan tinggi. Berdasarkan permasalahan yang ada dilapangan dan melihat kondisi yang ada diharapkan pembelajaran *massage* olahraga yang akan diajarkan memudahkan mahasiswa untuk mendapatkan materi dengan model dan strategi pembelajaran melalui pendekatan multimedia dan teknologi. Dengan demikian proses pembelajaran dan interaksi mahasiswa dengan sumber belajar akan semakin mudah. Berdasarkan latar belakang tersebut, akan disusun penelitian dengan judul : “Pengembangan Model Pembelajaran SAVI pada mata kuliah *Massage* Olahraga Berbasis *Mobile-Learning*”. Adapun

analisis SWOT tentang SAVI berdasarkan beberapa pendapat seperti yang dikemukakan oleh Shoimin (2014) adalah sebagai berikut.

Tabel 4.1 Analisis SWOT Model Pembelajaran SAVI

Variabel	Temuan
Kekuatan (Strength)	a) meningkatkan kecerdasan secara terpadu siswa secara penuh melalui penggabungan gerak fisik dengan aktivitas intelektual; b) Ingatan siswa terhadap materi yang dipelajari lebih kuat, karena siswa membangun sendiri pengetahuannya; c) Suasana dalam pembelajaran menjadi menyenangkan karena siswa merasa diperhatikan sehingga tidak bosan dalam belajar; d) Memupuk kerja sama, dan diharapkan siswa yang lebih pandai dapat membantu siswa lain yang kurang pandai; e) Menciptakan suasana belajar yang lebih menarik dan efektif; f) Mampu meningkatkan kreativitas dan kemampuan psikomotor siswa; g) Memaksimalkan konsentrasi siswa; h) Siswa akan termotivasi untuk belajar lebih giat; i) Melatih siswa untuk terbiasa berfikir dan mengemukakan pendapat dan berani menjelaskan jawabannya.
Kelemahan (weakness)	a) Penerapan pembelajaran ini membutuhkan kelengkapan sarana dan prasarana pembelajaran yang menyeluruh dan harus sesuai dengan yang dibutuhkan sehingga membutuhkan biaya pendidikan yang relatif besar; b) Karena siswa terbiasa diberi informasi terlebih dahulu sehingga kesulitan menemukan jawaban ataupun gagasannya sendiri.
Peluang (opportunity)	a) Kemendikbud menyarankan proses pembelajaran di Perguruan tinggi diwajibkan menggunakan blended learning dimana memadukan antara pembelajaran tatap muka dan on line; b) Kondisi dunia yang mengalami pandemic covid-19 di beberapa Negara termasuk di Indonesia yang mengalami Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) sehingga pembelajaran mulai dari SD sampai perguruan tinggi harus Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ).
Ancaman (treats)	a) jaringan internet yang tidak stabil dan tidak merata; b) segala informasi data, ide dan gagasan terekam dan dapat diketahui oleh banyak pihak.

B. Fokus Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, yang menjadi focus penelitian ini adalah ingin mengembangkan model pembelajaran SAVI pada mata kuliah *massage* olahraga berbasis *mobile-learning* pada mahasiswa keolahragaan. Serta diharapkan menghasilkan outcome sumber belajar model pembelajaran SAVI pada mata kuliah

message berbasis mobile learning, buku pembelajaran message olahraga, juga diharapkan akan menghasilkan jurnal internasional atau nasional serta HKI. Serta hasil penelitian ini dijarapkan pada TKT 6 yang siap untuk diproduksi massal.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan fokus masalah, maka masalah penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Bagaimana pengembangan model pembelajaran SAVI pada mata kuliah Message berbasis mobile-learning pada mahasiswa keolahragaan.
2. Apakah model pembelajaran SAVI pada mata kuliah message berbasis mobile learning efektif pada mahasiswa keolahragaan?

D. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan memiliki kegunaan dalam berbagai hal seperti :

1. Bagi Peserta Didik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan keterampilan pembelajaran *message* olahraga dan juga meningkatkan motivasi belajar serta menambah ruang dan waktu peserta didik dalam belajar *message* olahraga.

2. Bagi Dosen *Message* Olahraga

Hasil penelitian ini bertujuan agar para pengajar diperguruan tinggi bisa menambah pengetahuan dalam menggunakan teknologi, strategi dan model pembelajaran *message* olahraga berbasis *mobile-learning*.

3. Bagi Perguruan Tinggi

Hasil dari penelitian ini bertujuan agar perguruan tinggi yang memiliki mata kuliah *message* olahraga dapat meningkatkan kualitas kelulusan peserta didik yaitu

mahasiswa dalam mempersiapkan kelulusan yang kompeten dibidangnya masing-masing khususnya pada *massage* olahraga.

4. Bagi Terapis Olahraga

Hasil dari penelitian ini bertujuan agar dapat membantu para terapis olahraga untuk mempermudah dalam meningkatkan keterampilan khususnya pada terapis pemula.

5. Bagi Instansi Keolahragaan

Hasil dari penelitian ini bertujuan agar instansi keolahragaan seperti Koni, Kemenpora, dan lainnya dapat menyiapkan terapis olahraga yang kompeten dan matang dalam keterampilan *massage* olahraga untuk event nasional maupun internasional.

6. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini bertujuan agar peneliti dapat menambah pengetahuan diri dalam mempersiapkan profesi sebagai pengajar. Dan juga sebagai refleksi diri bagi peneliti dan teman sejawat yang terlibat untuk mengembangkan model-model pembelajaran yang lainnya.

